

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МКОУ
 Усть-Грязнухинской СШ
 Н.В. Бауер

9.08.2023

МЕНЮ «И» января 2023г.

№ рец. По сбор.	Наименование блюд	Цена руб	Выход	Пищевые вещества /г			Энергет. ценность	Витамины
				Б	Ж	У		
1	2		3	4	5	6	7	8

Вариант: 3

Сборник рецептур блюд при общеобразовательных Школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004
 Сборник рецептур В.А. Тутельяна 2011

Завтрак 7-11 лет

183/2017м	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	32	200	8,25	8,55	33,11	244,50	0,42
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
14/2017м	Масло порциями	13	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
701/2010м	Хлеб пшеничный	6,25	50	3,85	1,20	26,70	133,0	0,00
382/2017м	Какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	82,25	560,0	17,4	20,9	87,3	609,1	7,9

Завтрак 12-18 лет

183/2017м	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	32	250	11,00	11,40	44,40	326,00	0,48
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
14/2017м	Масло порциями	13	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
701/2010м	Хлеб пшеничный	6,25	50	3,85	1,20	26,70	133,0	0,00
382/2017м	Какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	82,25	610,0	20,1	23,8	98,6	690,6	7,9

Обед ОВЗ 7-11 лет

338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)		100	0,40	0,40	9,8	47,00	
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)		200	2,0	2,4	14,6	90,4	
342/2017м	Компот из свежих плодов		200	0,1	0,2	27,5	112,7	
701/2010м	Хлеб пшеничный		30	2,43	0,3	14,64	72,6	
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный		30	1,9	0,34	13,05	65,7	
	Итого		560	6,83	3,64	79,6	388,4	

Повар Чубатая Чубатая А.А.